呻吟語卷之三

寧陵呂坤叔簡父著

內篇

應務

閒暇時留心不成倉卒時措手不得胡亂支吾任其成敗或悔或不悔事過後依然如昨世之如此者百人而百也凡事豫則立此五字極當理會

道眼在是非上見情眼在愛憎上見物眼無別

呻吟語卷之三

寧陵呂坤叔簡父著

內篇

應務

閒暇時留心不成倉卒時措手不得胡亂支吾任其成敗或悔或不悔事過後依然如昨世之人如此者百人而百也凡事豫則立此五字極當理會

道眼在是非上見情眼在愛憎上見物眼無別白

渾沌而已

實見得是時便要斬釘截鐵脫然爽潔做成一件事不可拖泥帶水靠壁倚牆

人定真足勝天今人但委於天而不知人事之未定耳夫冬氣閉藏不能生物而老圃能開冬花結春實物性蠢愚不解人事而鳥師能使雀奕棋蛙教書況於能為之人事而可委之天乎

責善要看其人何如其人可責以善又當自盡長善捄失之道無指摘其所忌無盡數其所失無

對人無峭直無長言無累言犯此六戒雖忠告非善道矣其不見聽我亦且有過焉何以責人

余行年五十悟得五不爭之味人問之曰不與居積人爭富不與進取人爭貴不與矜飾人爭名不與簡傲人爭禮節不與盛氣人爭是非

衆人之所混同賢者執之賢者之所束縛聖人融之

傲天下好事既度德量力又審勢擇人專欲難成衆怒難犯此八字者不獨妄動人宜慎雖以至

公無私之心行正大光明之事亦須調劑人情發明事理俾大家信從然後動有成事可久盤庚遷殷武王伐紂三令五申猶恐弗從蓋恒情多闇於遠識小人不便於已私群起而壞之雖有良法胡成胡久自古皆然故君子慎之

辨學術談治理直須窮到至處讓人不得所謂宗廟朝廷便便言者蓋道理古今之道理政事國家之政事務須求是乃已我兩人皆置之度外非求伸我也非求勝人也何讓人之有只是平

心易氣爲辨家第一法纔聲高色厲便是沒涵養

五月緤絺正爲寒時用八月績蔴正爲暑時用平日涵養正爲臨時用若臨時不能駕御氣質張主物欲平日而曰我涵養吾不信也夫涵養工夫豈爲涵養時用哉故馬蹶而後求轡不如操持之有常輻拆而後爲輪不如約束之有素其備之也若迂正爲有時而用也

膚淺之見偏執之說傍經據傳也近一種道理究

竟到精處都是浮說陂辭所以知言必須胷中有一副極準秤尺又須在堂上而後人始從不然窮年聚訟其誰主持耶

纖芥衆人能見置纖芥於百里外非驪龍不能見疑似賢人能辨精義而至入神非聖人不能辨夫以聖人之辨語賢人且滋其惑況衆人乎是故微言不入世人之耳

理直而出之以婉善言也善道也

因之一字妙不可言因利者無一錢之費因害者

無一力之勞因情者無一念之拂因言者無一語之爭或曰不幾於狥乎曰此轉人而狥我者也或曰不幾於術乎曰此因勢而利導者也故惟聖人善用因智者善用因

處世常過厚無害惟爲公持法則不可

天下之物紆徐柔和者多長迫切躁急者多短故烈風驟雨無崇朝之威暴漲狂瀾無三月之勢催拍促調非百板之聲疾策緊銜非千里之轡人生壽夭禍福無一不然褊急者可以思矣

幹天下事無以期限自寬事有不測時有不給常有餘於期限之內有多少受用處

將事而能弭當事而能救既事而能挽此之謂達權此之謂才未事而知其來始事而要其終定事而知其變此之謂長慮此之謂識

凡禍患以安樂生以憂勤免以奢肆生以謹約免以觖望生以知足免以多事生以慎動免

任難任之事要有力而無氣處難處之人要有知而無言

撼大摧堅要徐徐下手久久見功默默留意攘臂

極力一犯手自家先敗

昏塒難諭之識優柔不斷之性剛愎自是之心皆

不可與謀天下之事智者一見即透練者觸類

而通困者熟思而得三者之所長謀事之資也

柰之何其自用也

事必要其所終慮必防其所至若見眼前快意便

了此最無識故事有當怒而君子不怒當喜而

君子不喜當爲而君子不爲當巳而君子不巳

者衆人知其一君子知其他也

柔而從人於惡不若直而挽人於善直而挽人於善不若柔而挽人於善之爲妙也

激之以理法則未至於惡也而奮然爲惡媿之以情好則本不徙義也而奮然向義此遊說者所當知也

善處世者要得人自然之情得人自然之情則何所不得失人自然之情則何所不失不惟帝王爲然雖二三人同行亦離此道不得

察言觀色度德量力此八字處世處人一時少不得底

人有言不能達意者有其狀非其本心者有其言貌誣其本心者君子觀人與其過察而誣人之心寧過恕以逃人之情

人情天下古今所同聖人防其肆特為之立中以的之故立法不可太激制禮不可太嚴責人不可太盡然後可以同歸於道不然是驅之使畔也

天下之事有速而迫之者有遲而耐之者有勇而劫之者有柔而折之者有憤而激之者有喻而悟之者有獎而歡之者有甚而淡之者有順而緩之者有積誠而感之者要在相機因時舛施未有不敗者也

論眼前事就要說眼前處置無追既往無道遠圖此等語雖精無裨見在也

我益智人益愚我益巧人益拙何者相去之遠而相責之深也惟有道者智能諒人之愚巧能容

人之擬知分量不相及而人各有能不能也

天下之事只定了便無事物無定主而爭言無定
見而爭事無定體而爭

至人無好惡聖人公好惡衆人隨好惡小人作好
惡

僕隷下人昏愚者多而理會人意動必有合又千
萬人不一二也居上者往往以我責之不合則
艴然怒甚者繼以鞭笞則彼愈惶惑而錯亂愈
甚是我之過大於彼也彼不明而我當明也彼

無能事上而我無量容下也彼無心之失而我有心之惡也若忍性平氣指使而面命之是兩益也彼我無苦而事有濟不亦可乎詩曰匪怒伊教書曰無忿疾於頑此學者涵養氣質第一要務也

或問士大夫交際禮與曰禮也古者睦隣國有享禮有私覿士大夫相見各有所贄鄉黨亦然婦人亦然何可廢也曰近者嚴禁之何也曰非禁交際禁以交際行賄賂者也夫無緣而交無處

而餽其餽也過情謂之賄可也豈惟嚴禁即不禁君子不受焉乃若宿在交知情猶骨肉數年不見一飯不相留人情乎數千里來一揖而告別人情乎則彼有餽遺我有贈送皆天理人情之不可已者也士君子立身行已自有法度絕人逆世情所不安余謂秉大政者貴持平不貴一切持平則有節一切則愈潰何者勢不能也

古人愛人之意多今日惡人之意多愛人故人易於改過而視我也常親親我之教常易行惡人故

人甘於自棄而視我也常讐我之言益不入

觀一葉而知樹之死生觀一面而知人之病否觀一言而知識之是非觀一事而知心之邪正

論理要精詳論事要剴切論人須帶二三分渾厚若切中人情人必難堪故君子不盡人之情不盡人之過非直遠禍亦以留人掩飾之路觸人悔悟之機養人體面之餘亦天地涵蓄之氣也

父母在難盜能爲我救之感乎曰此不世之恩也何可以弗感設當用人之權此人求用可薦之

乎曰何可薦也天命有德帝王之公典也我何敢以私恩奸之設當理刑之職此人在獄可縱之乎曰何可縱也天討有罪天下之公法也我何敢以私恩骫之曰何以報之曰用吾身時爲之死可也用吾家時爲之破可也其他患難與之共可也

凡有横逆來侵先思所以取之之故即思所以處之之法不可便動氣兩箇動氣一對小人一般受禍

喜奉承是箇愚障彼之甘言卑辭隆禮過情冀得其所欲而免其可罪也而我喜之感之遂其不當得之欲而免其不可已之罪以自蹈於廢公黨惡之大咎以自犯於難事易悅之小人是奉承人者智巧而喜奉承者愚也乃以爲相沿舊規責望於賢者遂以不奉承恨之甚者羅織而害之其獲罪國法聖訓深矣此居要路者之大戒也雖然奉承人者未嘗不愚也使其所奉承而小人也則可果君子也彼未嘗不以此觀人

品也

疑心最害事二則疑不二則不疑也然則聖人無疑乎曰聖人只認得一個理因理以思順理以行何疑之有賢人有疑惑於理也衆人多疑惑於情也或曰不疑而為人所欺柰何曰學到不疑時自然能先覺况不疑之學至誠之學也狡偽亦不忍欺矣

以時勢低昂理者衆人也以理低昂時勢者賢人也惟理是視無所低昂者聖人也

貧賤以儆爲德富貴以謙爲德皆賢人之見耳聖人只看理當何如富貴貧賤除外算

成心者見成之心也聖人胸中洞然清虛無箇見成念頭故曰絕四今人應事宰物都是成心縱使聰明照得破畢竟是意見障

凡聽言要先知言者人品又要知言者意向又要知言者識見又要知言者氣質則聽不爽矣

不須犯一口說不須着一意念只憑眞眞誠誠行將去久則自有不言之信默成之孚薰之善良

徧爲爾德者矣堿蓬生於堿地燃之可堿鹽蓬

生於鹽地燃之可鹽

世人相與非面上則口中也人之心固不能掩於面與口而不可測者則不盡於面與口也故惟人心最可畏人心最不可知此天下之陷阱而古今生死之衢也予有一拙法推之以至誠施之以至厚持之以至慎遠是非讓利名處後下則夷狄鳥獸可骨肉而腹心矣將令深者且傾心險者且化德而何陷阱之予及哉不然必予

道之未盡也

處世只一恕字可謂以己及人視人猶己矣然有不足以盡者天下之事有己所不欲而人欲者有己所欲而人不欲者這裏還須理會有無限妙處

寧開怨府無開恩竇怨府難充而恩竇易擴也怨府易閉而恩竇難塞也閉怨府為福而塞恩竇為禍也怨府一仁者能閉之恩竇非仁義禮智信備不能塞也仁者布大德不干小譽義者能

果斷不爲姑息禮也者有等差節文不一切以苦人情智者有權宜緩急用不張皇以駭聞聽信者素孚人舉措不生與示疑缺一必無全計矣

君子與小人共事必敗君子與君子共事亦未必無敗何者意見不同也今有仁者義者禮者智者信者五人焉而共一事五相濟則事無不成五有主則事無不敗仁者欲寬義者欲嚴智者欲巧信者欲實禮者欲文事胡以成此無他自是之心勝而相持之勢均也歷觀往事每有以

意見相爭至亡人國家釀成禍變而不顧君子之罪大矣哉然則何如曰勢不可均勢均則不相下勢均則無忌憚而行其胷臆三軍之事卒伍獻計偏裨謀事主將斷一何意見之敢爭然則善天下之事亦在乎通者當權而已

萬弊都有箇由來只救枝葉成得甚事

與小人處一分計較不得須要放寬一步

處天下事只消得安詳二字雖兵貴神速也須從此二字做出然安詳非遲緩之謂也從容詳審

養奮發於疑定之中耳是故不閒則不忙不逸則不勞若先怠緩則後必急躁是事之殃也十行九悔豈得謂之安詳

果決人似忙心中常有餘閒因循人似閒心中常有餘累君子應事接物常贏得心中有從容閒暇時便好若應酬時勞擾不應酬時牽挂極是喫累的

爲善而偏於所向亦是病聖人之爲善度德量力審勢順時且如發棠不勸非忍萬民之飢也時

勢不可也若認煞民窮可悲而枉已狥人便是
欲矣

分明不動聲色濟之有餘却露許多痕迹費許大
張皇最是拙工

天下有兩可之事非義精者不能擇若到精處畢
竟止有一可耳

聖人處事有變易無方底有執極不變底有一事
而所處不同底有殊事而所處一致底惟其可
而已自古聖人適當其可者堯舜禹文周孔數

聖人而已當可而文無迹此之謂至聖

聖人處事如日月之四照隨物爲影如水之四流隨地成形已不與也

使氣最害事使心最害理君子臨事平心易氣

昧者知其一不知其二見其所見而不見其所不見故于事鮮克有濟惟智者能柔能剛能圓能方能存能亡能顯能藏舉世懼且疑而彼確然爲之卒如所料者見先定也

字到不擇筆處文到不修句處話到不檢口處事

到不苦心處皆謂之自得自得者與天遇

無用之朴君子不貴雖不事機械變詐至於德慧術知亦不可無

神清人無忽語機活人無凝事

非謀之難而斷之難也謀者盡事物之理達時勢之宜意見斷到不患其不精也然衆精集而兩可斷斯難矣故謀者較尺寸斷者較毫釐謀者見一方至盡斷者會八方取中故賢者皆可與謀而斷非聖人不能也

人情不便處便要迴避彼雖難於言而心厭苦之此慧者之所必覺也是以君子體悉人情悉者委曲周至之謂也恤其私濟其願成其名泯其迹體悉之至也感人淪於心骨矣故察言觀色者學之麤也達情會意者學之精也

天下事只怕認不真故依違觀望看人言爲行止認得真時則有不敢從之君親更那管一國非之天下非之若作事先怕人議論做到中間一被謗誹消然中止這不止無定力且是無定見

民各有心豈得人人識見與我相同民心至愚豈得人人意思與我相信是以作事君子要見事後功業休恤事前議論事成後衆論自息即萬一不成而我所爲者合下便是當爲也論不得成敗

審勢量力固智者事然理所當爲而值可爲之地聖人必做一番計不得成敗如圖成不克何損於舉動竟是成當墮耳孔子爲政於衛定要下手正名便正不來去衛也得只事這箇事定姑

息不過令人做事只討成敗都是利害心害了

是非之公

或問處以下人是應得下他不曰若應得下他如
子弟之下父兄這何足道然亦不是卑諂而狥
人以非禮之恭只是無分毫上人之心把上一
著前一步儘着别人占天地間惟有下面底最
寬後面底最長

士君子在朝則論政在野則論俗在廟則論祭禮
在喪則論喪禮在邊圍則論戰守非其地也謂

之羡談

處天下事前面常長出一分此之謂豫後面常餘出一分此之謂裕如此則事無不濟而心有餘樂若扣殺分數做去必有後悔處人亦然施在我有餘之恩則可以廣德留在人不盡之情則可以全好

非首任非獨任不可爲禍福先福始禍端皆危道也士君子當大事特先人而任當知愼果二字從人而行當知明哲二字明哲非避難也無裨於

事而祇自沒耳
養態士大夫之陋習也古之君子養德德成而見
諸外者有德容見可怒則有剛正之德容見可
行則有果毅之德容當言則終日不虛口不害
其爲默當刑則不宥小故不害其爲量今之人
士大夫以寬厚渾涵爲盛德以任事敢言爲性
氣銷磨憂國濟時者之志使之就文法走俗狀
而一無所展布嗟夫治平之世宜爾萬一多故
不知張眉吐膽奮身前步者誰也此前代之覆

轍也

處事先求大體居官先厚民風

臨義莫計利害論人莫計成敗

一人覆屋以瓦一人覆屋以茅謂覆瓦者曰子之費十倍予然而蔽風雨一也覆瓦者曰茅十年腐而瓦百年不碎子百年十更而多以工力之費屢變之勞也嗟夫天下之患莫大於有堅久之費貽屢變之勞是之謂工無用害有益天下之愚亦莫大於狃朝夕之近忘久遠之安是之

謂欲速成見小利是故樸素渾堅聖人制物利用之道也彼好文者惟樸素之耻而靡麗夫易敗之物不智甚矣或曰靡麗其渾堅者可乎曰既渾堅矣靡麗奚為苟以靡麗之費而為渾堅之資豈不尤渾堅哉是故君子作有益則輕千金作無益則惜一介假令無一介之費君子亦不作無益何也不敢以耳目之玩啓天下民窮財盡之禍也

遇事不妨詳問廣問但不可有偏主心

輕言驟發聽言之大戒也

君子處事主之以鎮靜有主之心運之以圓活不拘之用養之以從容敦大之度循之以推行有漸之序待之以序盡必至之效又未嘗有心勤效遠之悔今人臨事纔去安排又不耐躊躇草率含糊與事拂亂豈無倖成竟不成箇處事之道

君子與人共事當公人已而不私苟事之成不必功之出自我也不幸而敗不必咎之歸諸人也

有當然有自然有偶然君子盡其當然聽其自然而不惑於偶然小人泥於偶然拂其自然而棄其當然噫偶然不可得并其當然者失之可哀也

不爲外撼不以物移而後可以任天下之大事彼悅之則悅怒之則怒淺衷狹量粗心浮氣婦人孺子能笑之而欲有所樹立難矣何也其所以待用者無具也

明白簡易此四字可行之終身役心機擾事端是

自投劇網也

水之流行也礙於剛則求通於柔智者之於事也礙於此則求通於彼執礙以求通則愚之甚也徒勞而事不濟

討天下大事只在要緊處一着留心用力別箇都顧不得譬之奕棋只在輸贏上留心一馬一卒之失渾不放在心下若觀者以此預計其高低奕者以此預亂其心目便不濟事況善籌者以與爲取以喪爲得善奕者餌之使吞誘之使進

此豈尋常識見所能策哉乃見其小失而遽沮
撓之擯斥之英雄豪傑可爲竊笑矣可爲慟惋
矣

夫勢智者之所藉以成功愚者之所逆以取敗者
也夫勢之盛也天地聖人不能裁勢之衰也天
地聖人不能振亦因之而已因之中寓處之權
此善用勢者也乃所以裁之振之也

士君子抱經世之具必先知五用五用之道未得
而漫嘗試之此小丈夫技癢童心之所爲也辜

必不濟是故貴擇人不擇可與共事之人則不覔蔽心不堪其任或以虛文相欺或以意見相傾譬以玉杯付小兒而奔走於崎嶇之峯也是故貴達時時者成事之期也機有可乘會有可際不先不後則其道易行不逹於時譬投種於堅凍之候也是故貴審勢勢者成事之藉也登高而招順風而呼不勞不費而其功易就不審於勢譬行舟於平陸之地也是故貴慎發左射右望長慮却顧實見得利矣又思其害實見得

成矣又慮其敗萬無可虞則執極而不變不慎
所發譬夜射儀的也是故貴宜物夫事有當蹈
常襲故者有當改絃易轍者有當興廢舉墜者
有當救偏補敝者有以小棄大而卒以成其大
者有理屈於勢而不害其為理者有當三令五
中者有當不動聲色者不宜於物譬苗莠兼存
而玉石俱焚也嗟夫非有其具之難而用其具
者之難也

腐儒之迂說曲士之拘談俗子之庸識躁人之淺

見譎者之異言憸夫之邪語皆事之賊也諜斷家之所忌也

智者之於事有言之而不行者有所言非所行者有先言而後行者有先行而後言者有行之旣成而始終不言其故者要亦為國家深遠之慮而求以必濟而已

善用力者就力善用勢者就勢善用智者就智善用財者就財夫是之謂乘乘者知幾之謂也失其所乘則倍勞而功不就得其所乘則與物無

忤于我無困而天下享其利

凡酌量天下大事全要箇融通周密憂深慮遠營室者之正方面也遠視近視曰有近視正而遠視不正者較長較短曰有準于短而不準于長者應上應下曰有合于上而不合于下者顧左顧右曰有恊于左而不恊于右者旣而遠近長短上下左右之皆宜也然後執繩墨運木石鳩器用以定萬世不拔之基今之處天下事者龎心浮氣淺見薄識得其一方而固執以求勝以

此圖久大之業爲治安之計難矣

字經三書未可遽眞也言傳三口未可遽信也

巧者氣化之賊也萬物之禍也心術之蠹也財用之災也君子不貴焉

君子之處事有眞見矣不遽行也又驗衆見察衆情恊諸理而恊恊諸衆情衆見而恊則斷以必行果理當然而衆情衆見之不恊也又委曲以行吾理既不貶理又不駭人此之謂理術噫惟聖人者能之獵較之類是也

斡天下大事非氣不濟然氣欲歛不欲露欲抑不欲揚掀天揭地事業不動聲色不驚耳目做得停停妥妥此為第一妙手便是入神譬之天地當春夏之時發育萬物何等盛大流行之氣然視之不見聽之不聞豈無風雨雷霆亦只時發間出不顯匠作萬物之迹這才是化工

踈于料事而拙于謀身明哲者之所懼也

實處着脚穩處下手

姑息依戀是處人大病痛當義處雖處骨肉亦要

果斷鹵莽徑直是處事大病當緊要處雖細
微亦要檢點

正直之人能任天下之事其才其守小事自可見
若說小事且放過大事到手才見擔當這便是
飾說到大事定然也放過了松栢生小便直未
有始曲而終直者也若用權變特另有較量又
是一副當說話

無損損無益益無通通無塞塞此謂天地之道理
人物之宜也然人君自奉無嫌於損損於百姓

無嫌於葢葢君子擴理路無嫌於通通杜欲實

無嫌於塞塞

事物之理有定而人情意見千岐萬徑吾得其定者而行之卽形迹可疑心事難白亦付之無可奈何若惴惴畏譏瑣瑣自明豈能家置一喙哉且人不我信辯之何益人若我信何事於辯若事有關涉則不當以緘默妨大計

處人處已處事都要有餘無餘便無救性此裏甚難言

悔前莫如愼始悔後莫如改圖徒悔無益也

居鄉而囿於數十里之見硜硜然守之也百攻不破及遊大都見千里之事茫然自失矣居今而囿於千萬人之見硜硜然守之也百攻不破及覩墳典見千萬年之事茫然自失矣是故囿見不可狃狃則狹狹則不足以善天下之事

事出於意外雖智者亦窮不可以苛責也

天下之禍多隱成而卒至或偶激而遂成隱成者貴預防偶激者貴堅忍

當事有四要際畔要果決怕是綿軟持要堅耐怕是脆機括要深沉怕是淺應變要機警怕是遲

君子動大事十利而無一害其舉之也必矣然天下無十利之事不得已而權其分數之多寡利七而害三則吾全其利而防其害又較其事勢之輕重亦有九害而一利者爲之所利重而所害輕也所利急而所害緩也所利難得而所害可救也所利久遠而所害一時也此不可與淺見薄識者道

當需莫厭久久時與得時相隣若憤其久也而決絕之是不能忍於斯須而甘棄前勞坐失後得也此從事者之大戒也若看得事體審便不必需即需之久亦當速去

朝三暮四用術者誠詐矣人情之極致有以朝三暮四爲便者有以朝四暮三爲便者要在當其所急猿非愚其中必有所當也

天下之禍非偶然而成也有轃合有摶激有積漸轃合者雜而不可解在天爲風雨雷電在身爲

多過在人為朋奸在事為衆惡遭會在病為風寒暑濕合而成痺摶激者勇而不可禦在天為迅雷大雹在身為忿狠在人為橫逆卒加在事為驟感成凶在病為中寒暴厥積漸者極重而不可反在天為寒暑之序在身為罪惡貫盈在人為包藏待逞在事為大敝極壞在病為血氣衰羸痰火蘊鬱奄奄不可支此三成者理勢之自然天地萬物皆不能外禍福之來恒必由之故君子為善則籍衆美而防錯履之多奮志節

而戒一朝之怒體道以終身孜孜不倦而絕不
可長之欲

再之畧不如一之詳也一之詳不如再之詳也再
詳無後憂矣

有餘當事之妙道也故萬無可慮之事備十一難
事備百一大事備千一不測之事備萬一
在我有餘則足以當天下之感以不足當感未有
不困者識有餘理感而即透才有餘事感而即
辦力有餘任感而即勝氣有餘變感而不震身

有餘內外感而不病

語之不從爭之愈劾名之不驚不語不爭無所事名忽忽冥冥吾事已成彼亦憒憒昔人謂不動聲色而措天下於泰山乎以爲動聲色則不能措天下於泰山矣故曰黙而成之不言而信存乎德行

天下之事在意外者常多衆人見得眼前無事都放下心明哲之士只在意外做工夫故每萬全而無後憂

不以外至者爲榮辱極有受用處然須是裏面分數足始得今人見人敬慢輒有喜愠心皆外重者也此迷不破胷中氷炭一生

有一介必吝者有千金可輕者而世之論取與動曰所直幾何此亂語耳

才猶兵也用之伐罪弔民則爲仁義之師用之暴寡凌弱則爲刼奪之盜是故君子非無才之患患不善用才耳故惟有德者能用才

藏莫大之害而以小利中其意藏莫大之利而以

小害疑其心此愚者之所必墮而智者之所獨覺也

今人見前輩先達作事不自振拔輙生嘆恨不知渠當我時也會嘆恨人否我當渠時能免後人嘆恨否事不到手責人儘易待君到手時事事努力不輕放過便好只任嘵嘵責人他日縱無可嘆恨今日亦浮薄子也

區區與人較是非其量與所較之人相去幾何

無識見底人難與說話偏識見底人更難與說話

兩君子無爭相讓故也一君子一小人無爭有容故也爭者兩小人也有識者柰何自處於小人即得之未必榮而況無益於得以博小人之名又小人而愚者

方嚴是處人大病痛聖賢處世離一溫厚不得故曰汎愛衆曰和而不同曰和而不流曰群而不黨曰周而不比曰愛人曰慈祥曰豈弟曰樂只曰親民曰容衆曰萬物一體曰天下一家中國一人只恁踽踽涼涼冷落難親便是世上一箇

碍物卽使持正守方獨立不苟亦非用世之才
只是一節狷介之士耳
謀天下後世事最不可草草當深思遠慮衆人之
識天下所同也淺昧而狃於目前其次有衆人
看得一半者其次豪傑之士與練達之人得其
大槩者其次精識之人有曠世獨得之見者其
次經綸措置當時不動聲色後世不能變易者
至此則精矣盡矣無以復加矣此之謂大智此
之謂眞才若偶得之見借聽之言翹能自喜而

攘臂直言天下事此老成者之所哀而深沉者之所懼也

而今只一箇苟字支吾世界萬事安得不廢弛

天下事要乘勢待時譬之決癰待其將潰則病者不苦而癰自愈若虺蝮毒人雖即砭手斷臂猶遲也

飲休不嚼就嚥路休不看就走人休不擇就交語休不想就說事休不思就做

參苓歸芪本益人也而與身無當反以益病親厚

懇切本愛人也而與人無嘗反以速禍故君子愼焉

兩相磨盪有背損無俱全特大小久近耳利及終日斷割必有缺折之時砥石終日磨礱亦有虧消之漸故君子不欲敵人以自全也

見前面之千里不若見背後之一寸故達觀非難而反觀爲難見見非難而見不見爲難此舉世之所迷而智者之獨覺也

譽既汝歸毀將安辭利既汝歸害將安辭功既汝

歸羿將安辭

上士會意故體人也以意觀人也亦以意意之感人也深於骨肉意之殺人也毒於斧鉞鷗鳥知漁父之機會意也可以人而不如鷗乎至於微色發聲而不觀察則又在色斯舉矣之下

士君子要任天下國家事先把本身除外所以說策名委質言自策名之後身已非我有矣况富貴乎若營營於富貴身家却是社稷蒼生委質於我也君之賊臣乎天之僇民乎

聖賢之量空闊事到胷中如一葉之泛滄海

聖賢處天下事委曲紆徐不輕徇一己之情以違天下之欲以破天下之防是故道有不當直事有不必果者此類是也譬之行道然循曲從遠順其成迹而不敢以欲速適己之便者勢不可也若必欲簡捷直遂則兩京程途正以繩墨破城除邑塞河夷山終有數百里之近矣而人情事勢不可也是以處事要遜以出之而學者接物怕徑情直行

熱鬧中空老了多少豪傑閒淡滋味惟聖賢嘗得出及當熱鬧時也只以這閒淡心應之天下萬事萬物之理都是閒淡中求來熱鬧處使用是故靜者動之母

胷中無一毫欠缺身上無一些點染便是羲皇以上人即在夷狄患難中何異玉燭春臺上

聖人掀天揭地事業只管做只是不費力除害去惡只管做只是不動氣蹈險投艱只管做只是不動心

聖賢用剛只彀濟那一件事便了用明只彀得那
件情便了分外不剩分毫所以作事無痕迹甚
渾厚事既有成而亦無議

聖人只有一種才千通萬貫隨事合宜譬如富貴
只積一種錢貿易百貨都得衆人之材如貨輕
穀雖美不可禦寒輕裘雖温不可當暑又養才
要有根本則隨遇不窮運才要有機括故隨感
不滯持才要有涵蓄故隨事不敗

坐疑似之迹者百口不能自辨狃一見之眞者百

口難奪其執此世之通患也唯聖虛明通變䏻合人情如人之肝肺在其腹中旣無遁情亦無誣執故人有感泣者有愧服者有歡悅者故曰惟聖人爲能通天下之志不能如聖人先要箇虛心

聖人處小人不露形迹中間自有得已處高崖陡塹直氣壯須皆褊也卽不論取禍近小丈夫矣孟子見樂正子從王驩何等深惡及處王驩與行而不與比雖然猶形迹矣孔子處陽貨只是

箇給法處向甦只是箇躲法

君子所得不同故其所行亦異有小人于此仁者憐之義者惡之禮者處之不失體智者處之不取禍信者推誠以御之而不計利害惟聖人處小人得當可之宜

被髮於鄉隣之鬭豈是惡念頭但類於從井救人矣聖賢不爲善於性分之外

仕途上只應酧無益人事工夫占了八分更有甚精力時候修正經職業我嘗自喜行三種方便

甚於彼我有益不面謁人省其疲於應接不輕寄書省其困於裁答不乞求人看顧省其難於區處

士君子終身應酧不止一事全要將一箇靜定心酧量緩急輕重爲後先若應轇轕情處紛雜事都是一味熱忙顛倒亂應只此便不見存心定性之功當事處物之法

儒者先要箇不俗才不俗又怕乖俗聖人只是和人一般中間自有妙處

處天下事先把我字閣起千軍萬馬中先把人字
閣起

處毀譽要有識有量今之學者儘有向上底見世
所譽而趨之見世所毀而避之只是識不定聞
譽我而喜聞毀我而怒只是量不廣眞善惡在
我毀譽於我無分毫相干

某平生只欲開口見心不解作吞吐語或曰恐非
其難其愼之義予矍然驚謝曰公言甚是但其
難其愼在未言之前心中擇箇是字纔脫口更

不復疑何吞吐之有吞吐者半明半暗似於開誠心三字礙

接人要和中有介處事要精中有果認理要正中有通

天下之事常鼓舞不見罷勞一衰歇便難振舉是以君子提醒精神不令昏眊役使筋骨不令怠惰懼振舉之難也

實言實行實心無不孚人之理

當大事要心神定心氣足

世間無一處無拂意事無一日無拂意事惟度量寬弘有受用處彼局量褊淺者空自懊恨耳

聽言之道徐審爲先執不信之心與執必信之心其失一也惟聖人能先覺其次莫如徐審

君子之處事也要我就事不令事就我其長民也要我就民不令民就我

上智不悔詳於事先也下愚不悔迷於事後也惟君子多悔雖然悔人事不悔天命悔我不悔人我無可悔則天也人也聽之矣

某應酧時有一大病痛每於事前踈忽事後點檢點檢後輙悔吝閒時慵懶忙時迫急迫急後輙差錯或曰此失先後着耳肯把點檢心放在事前省得點檢又省得悔吝肯把急迫心放在閒時省得差錯又省得牽掛大率我輩不是事累心乃是心累心一謹之不能而謹無益之謹一勤之不能而勤無及之勤於此心倍苦而於事反不詳爲昏懦甚矣書此以自讓

無謂人唯唯遂以爲是我也無謂人默默遂以爲

服我也無謂人聰聰遂以爲愛我也無謂人畢
畢遂以爲恭我也

事到手且莫急便要緩緩想想得時切莫緩便要
急急行

我不能寧耐事而令事如吾意不則躁煩我不能
涵容人而令人如吾意不則譴怒如是則終日
無自在時矣而事卒以僨人卒以怨我卒以損
此謂至愚

有由衷之言有由口之言有根心之色有浮面之

色各不同也應之者貴審

富貴家之災也才能身之殃也聲名謗之媒也歡樂悲之藉也故惟處順境爲難只是常有懼心退一步做則免於禍

語云一錯二誤最好理會凡一錯者必二誤蓋錯必悔怍悔怍則心凝於所悔不暇他思又錯一事是以無心成一錯有心成二誤也禮節應對間最多此失苟有錯處更宜鎮定不可怳亂一怳亂則相因而錯者無窮矣

衝繁地頑鈍人紛雜事遲滯期拂逆時此中最好養火若決裂憤激悔不可言耐得過時有無限受用

當繁迫事使聾瞽人値追逐時騎瘦病馬對昏殘燭理爛亂絲而能意念不躁聲色不動亦不後事者其才器吾誠服之矣

義所當爲力所能爲心欲有爲而親友挽得回妻孥勸得止只是無志

刻處先定不得口傳不得臨事臨時相幾度勢或

只須色意或只須片言或用疾雷或用積陰務在當可不必彼覺不必人驚卻要善持善發一錯便是死生關

意主於愛則詬罵朴擊皆所以親之也意主於惡則獎譽綢繆皆所以讐之也

養定者上交則恭而不迫下交則泰而不忽處親則愛而不狎處踈則眞而不厭

有進用有退用有虛用有實用有緩用有驟用有默用有不用之用此八用者宰事之權也而要

之歸於濟義不義雖濟君子不貴也

責人要含蓄忌太盡要委婉忌太直要疑似忌太真今子弟受父兄之責也尚有所不堪而況他人乎孔子曰忠告而善道之不可則止此語不止全交亦可養氣

禍莫大於不讐人而有讐人之辭色恥莫大於不恩人而詐恩人之狀態

柔勝剛訥止辯讓媿爭謙伏傲是故退者得常倍進者失常倍

余少時曾洩當家之語先君責之對曰已戒聞者使勿洩矣先君曰子不能必子之口而能必人之口乎且戒人與戒已孰難小子慎之

中孚妙之至也格天動物不在形迹言語事爲之末苟無誠以孚之諸皆糟粕耳徒勤無益於義鳥抱卵曰孚從爪從子血氣潛入而子隨母化豈在聲色豈事造作學者悟此自不怨天尤人

應萬變者亦萬理惟沉靜者得之是故水止則能照衡定則能稱世亦有昏昏應酬而亦濟事夢夢

談道而亦有發明者非資質高則偶然合也所
不合者何限

禍莫大於不體人之私而又苦之讐莫深於不諱
人之短而又訐之

肯替別人想是第一等學問

不怕千日客只愁一事疎誠了再無疎處小人掩
著徒勞爾心矣譬之於物一毫欠缺久則自有
次缺承當時譬之於身一毫虛弱久則自有虛
弱承當時

置其身於是非之外而後可以折是非之中置其身於利害之外而後可以觀利害之變

余觀察晉中每升堂首領官凡四人先揖堂官次分班對揖將退則余揖手四人又一躬而行一日三人者以公出一人在堂偶忘對班之無人又忽揖下起媿不可言羣吏忍口而笑余揖手謂之曰有事不妨先退揖者退其色頻平昔余令大同日縣丞到任余讓篿手揖手丞他顧而失禮余面責簿吏曰奈何不以禮告新官丞媿謝

終公譏不解容余甚悔之偶此舉能掩人過可
補前失矣因識之以充忠厚之端云

善用人底是箇人都用得不善用人底是箇人用
不得

以多惡棄人而以小失發端是藉棄者以口實而
自取不韙之譏也曾有一隸怒撻人余杖而恕
之又竊同舍錢又杖而恕之且戒之曰汝慎三
犯不汝容矣一日在燕醉而寢余既行矣而呼
之不至既至托疾實醉也余逐之出語人曰余

病不能從遂逐我人曰某公有德器乃以疾逐人耶不知余惡之也以積愆而逐之也以小失則余之拙也雖然彼藉口以自白可爲他日更主之先容余拙何悔

手段不可太闊太闊則填塞難完頭緒不可太繁太繁則照管不到

得了眞是非纔論公是非而今是非不但捉風捕影且無風無影不知何處生來妄聽者遽信是實以定是非曰我無私也噫固無私矣采苓止

蘇暴公巷伯孰為辯之

固可使之媿也乃使之怨固可使之悔也乃使之
怒固可使之感也乃使之恨曉人當如是耶

不要使人有過

謙恐皆居尊之道儉朴皆居富之道故曰卑不學
恭貧不學儉

豪雄之氣雖正多麄只用他一分便足濟事那九
分都多了反以憤事矣

君子不受人不得已之情不苦人不敢不從之事

教人十六字誘掖獎勸提撕警覺涵育薰陶鼓舞興作

水激逆流火激橫發人激亂作君子慎其所以激者愧之則小人可使為君子激之則君子可使為小人

事前忍易正事忍難正事悔易事後悔難

說盡有千說是却無兩是故談道者必要諸一是而後精謀事者必定於一是而後濟

世間事各有恰好處慎一分者得一分忽一分者

失一分全慎全得全忽全失小事多忽忽小則失大易事多忽忽易則失難存心君子自得之體驗中耳

到一處問一處風俗果不大害相與循之無與相忤果於義有妨或不言而默默轉移或婉言而徐徐感動彼將不覺而同歸於我矣若疾言厲色是已非人是激也自家取禍不惜可惜好事做不成

事有可以義起者不必泥守舊例有可以獨斷者

不必觀望衆人若舊例當衆人是莫非胷中道理而彼先得之者也方喜舊例免吾勞方喜衆一見印吾是何可別生意見以作聰明哉此繼人之後者之所當知也

善用明者用之於闇善用容者用之於疎

你說底是我便從我不是從你我自從是何私之有你說底不是我便不從不是不從你我自不從不是何嫌之有

日用酬酢事事物物要合天理人情所謂合者如

物之有底蓋然方者不與圓者合大者不與小者合欹者不與正者合覆諸其上而不廣不狹旁視其隙而若有若無一物有一物之合不相苦窳萬物各有其合不相假借此之謂天則此之謂大中此之謂天下萬事萬物各得其所而聖人之所以從容中賢者之所以精一求衆人之所以醉心夢意錯行亂施者也

事有不當爲而爲者固不是有不當悔而悔者亦不是聖賢終始無二心只是見得定了做時原

不錯做後如何悔卽有凶咎亦是做時便太拼

如此

心實不然而迹實然人執其然之迹我辨其不然

之心雖百口不相信也故君子不示人以可疑

之迹不自誣其難辨之心何者正大之心孚人

有素光明之行無所掩覆也倘有疑我者任之

而已嘵嘵何爲

大丈夫看得生死最輕所以不肯死者將以求死

所也死得其所則爲善用死矣成仁取義死之

所也雖死賢於生也

將祭而齊其思慮之不齊者不惟惡念就是善念也是不該動的這三日裏時時刻刻只在那所祭者身上更無別箇想頭故曰精白一心纔一毫雜便不是精白纔二便不是一心故君子平日無邪夢齊日無雜夢

彰死友之過此是第一不仁生而告之也望其能改彼及聞之也尚能自白死而彰之夫何爲者雖實過也吾爲掩之

爭利起於人各有欲爭言起於人各有見惟君子以澹泊自處以知能讓人胷中有無限快活處

喫這一箸飯是何人種穫底穿這一疋帛是何人織染底大廈高堂如何該我住居安車駟馬如何該我乘坐獲飽煖之休思作者之勞享尊榮之樂思供者之苦此士大夫日夜不可忘情者也不然其負斯世斯民多矣

只大公了便是包涵天下氣象

定靜安慮得此五字時時有事事事有離了此五字

便是孟浪做

公人易公已難公已易公已於人難公已於人易

忘人已之界而不知我之爲誰難公人處人能

公者也公已處已亦公者也至於公已於人則

不以我爲嫌時當貴我富我泰然處之而不嫌

於尊已事當逸我利我公然行之而不嫌於厲

民非富貴我逸利我也我者天下之我也天下

之名分紀綱於我乎寄則我者名分紀綱之具

也何嫌之有此之謂公已於人雖然猶未能忘

其道未化也聖人處富貴逸利之地而忘其身為天下勞苦卑困而亦忘其身非曰我分當然也非曰我志欲然也譬痛者之必呻吟樂者之必談笑痒者之必爬搔自然而已譬蟬之鳴秋雞之啼曉草木之榮枯自然而已夫如是雖負之使灰其心怒之使薄其意不能也況此分不盡而此心少怠乎況人情未孚而惟人是責乎

夫是之謂忘人已之界而不知我之為誰不知我之為誰則亦不知人之為誰矣不知人我之

爲誰則六合混一而太和元氣塞於天地之間矣必如是而後謂之仁

纔下手便想到究竟處

理勢數皆有自然聖人不與自然鬥先之不敢干之從之不敢迎之待之不敢奈之養之不敢強之功在凝精不鏤其鋒妙在默成不揭其名夫是以理勢數皆爲我用而相忘於不爭噫非善濟天下之事者不足以語此

心一氣純可以格天動物天下無不成之務矣

握其機使自息開其竅使自噉發其萌使自崢提其綱使自張此老氏之術乎曰非也二帝三王御世之大法不過是也解其所不得不動投其所不能不好示其所不得不避天下固有抵死而惟吾意指者操之有要而敁敠其心故也化工無他術亦只是如此

對憂人勿樂對哭人勿笑對失意人勿矜

與禽獸奚擇哉於禽獸又何難焉此是孟子大排遣初愛敬人時就安排這念頭再不生氣余因

擴充排遣橫逆之法此外有十一曰與小人處
進德之資也彼侮愈甚我忍愈堅於我奚損哉
詩曰他山之石可以攻玉二曰不遇小人不足
以驗我之量書曰有容德乃大三曰彼橫逆者
至於自反而忠猶不得免焉其人之頑悖甚矣
一與之校必起禍端兵法云求而不得者挑也
無應四曰始愛敬矣又自反而仁禮矣又自反
而忠矣我理益直我過益寡其卒也乃不忍於
一逞以掩舊善而與彼分惡智者不爲太史公

曰無棄前修而崇新過五曰是非之心人皆有之彼固自昧其天而責我無已公論自明吾亦付之不辯古人云桃李無言下自成蹊六曰自反無關彼欲難盈安心以待之緘口以聽之彼計必窮兵志曰不應不動敵將自靜七曰可避則避之如太王之去邠可下則下之如韓信之跨下古人云身愈詘道愈尊又曰終身讓畔不失一段八曰付之天天道有知知我者其天乎詩曰投彼有昊九曰委之命人生相與或順或

忤或合或離或疎之而親或厚之而疑或偶遭而解或久搆而危譽乎公將出而遇臧倉司馬牛爲弟子而有桓魋豈非命耶

十曰外寧必有內憂小人侵陵則懼患防危長慮却顧而不敢偹然有肆心則百禍潛消孟子曰出則無敵國外患者國恒亡三自反後君子之存心猶如此

彼愛人不親禮人不答而遽怒與夫不愛人不敬人而望人之愛敬已也其去橫逆能幾何哉

過責望人亡身之念也君子相與要兩有退心不

可兩有進心自反者退心也故剛兩進則碎柔兩進則屈萬福皆生於退反

施者不知受者不知誠動於天之南而心通於海之北是謂神應我意纔萌彼意即覺不俟出言可以默會是謂念應我以目授之彼以目受之人皆不知兩人獨覺是謂不言之應我固彊之彼固拂之陽異而陰同是謂不應之應明乎此者可以談兵矣

卑幼有過愼其所以責讓之者對衆不責愧悔不

責暮夜不責正飲食不責正歡慶不責正悲憂不責疾病不責

舉世之議論有五求之天理而順即之人情而安可揆聖賢可質神明而不必於天下所同曰公論情有所便意有所拂逞辯博以濟其一偏之說曰私論心無私曲氣甚豪雄不察事之虛實勢之難易理之可否執一隅之見狃時俗之習既不正大又不精明蠅鬨蛙嗷通國成一家之說而不可與聖賢平正通達之識曰妄論造偽

投奸諭詆詭秘爲不根之言播衆人之耳千口成公久傳成實卒使夷由爲蹻蹠曰誣論稱人之善曾無秤尺慼於小廉曲謹感其煦意象恭喜一激之義氣悅一霎之道言不覩大節不較生平不舉全體不要永終而遽許之曰無識之論嗚呼議論之難也久矣聽之者可弗察與

簡靜沉默之人發用出來不可當故停蓄之水一決不可禦也蟄處之物其毒不可當也潛伏之獸一猛不可禁也輕洩驟舉暴雨疾風耳智者

不懼焉

平居無事之時則丈夫不可繩以婦人之守也及其臨難守死則當與貞女烈婦比節接人處衆之際則君子未嘗示人以廉隅之迹也及其任道徙義則當與壯士健卒爭勇

禍之成也必有漸其激也奮於積智者於其漸也絕之於其積也消之甚則決之決之必須妙手譬之瘍然鬱而內潰不如外決成而後決不如早散

涵養不定的惡言到耳先思馭氣氣平再沒錯的

一不平饒你做得是也帶著五分過失在

疾言遽色厲聲怒氣原無用處萬事萬物只以心平氣和處之自有妙應余福每坐此失書以自警

嘗見一論人者云渠只把天下事認真做安得不敗余聞之甚驚訝竊意天下事儘認真做去還做得不象若只在假借面目上做工夫成甚道理天下事只認真做了更有甚說何事不成方

今大病痛正患在不肯認真做所以大綱常正道理無人扶持大可傷心嗟夫武子之愚所謂認眞也與

人人因循昏忽在醉夢中過了一生壞廢了天下多少事惟憂勤惕厲之君子常自惺惺爽覺

明義理易識時勢難明義理腐儒可能識時勢非通儒不能也識時易識勢難識時見者可能識勢非蚤見者不能也識勢而蚤圖之自不至於極重何時之足憂

只有無迹而生疑再無有意而能掩者可不畏哉

令人可畏未有不惡之者惡生毀令人可親未有
不愛之者愛生譽

先事體怠神昏事到手忙脚亂事過心安意散此
事之賊也兵家尤不利此

善用力者舉百鈞若一羽善用衆者操萬旅若一
人

沒這點真情可惜了繁文縟費有這點真情何嫌
於二簋一掬

百代而下百里而外論人只是箇耳邊紙上幷迹而誣之郍能論心嗚呼文士尚可輕論人乎哉此天譴鬼責所係慎之

或問怨尤之念底是難克柰何曰君自來怨尤怨尤出甚的天之水旱爲虐不怕人怨欬自欬耳水旱自若也人之貪殘無厭不怕你尤恨自恨耳貪殘自若也此皆無可柰何者今且不望君自修自責只將這無可柰何事惱亂心腸又添了許多痛苦不若澹然安之討些便宜其人大

笑而去
見事易任事難當局者只怕不能實見得果實見
得則死生以之榮辱以之更管甚一家非之一
國非之天下非之
人事者事由人生也清心省事豈不在人
閉戶於鄉鄰之鬬雖有解紛之智息爭之力不爲
也雖忍而不得謂之楊朱忘家於懷襄之時雖
有室家之憂骨肉之難不顧也雖勞而不得謂
之墨翟

流俗汚世中眞難做人又跳脫不出只是淸而不
激就好
恩莫到無以加處情薄易厚愛重成隙
欲爲便爲空言何益不爲便不爲空言何益
以至公之耳聽至私之口舜蹠易名矣以至公之
心行至私之聞黜陟易法矣故兼聽則不蔽精
察則不眩事可從容不必急遽也
某居官厭無情者之多言每裁抑之蓋無厭之欲
非分之求若以溫顏接之彼懇乞無已煩瑣不

休非嚴拒則一日之應酬幾何及部署且看得人有不盡之情抑不使通亦未盡善嘗題二語於私署云要說的儘著都說我不嗔你不該從未敢輕從你休怪我或曰畢竟往日是

同途而遇男避女騎避步輕避重易避難卑幼避尊長

勢之所極理之所截聖人不得而毫髮也故保辜以時刻分死生名次以相鱗分得失引繩之絕墮瓦之碎非必當斷當敝之處君子不必如此

區區也

制禮法以垂萬世繩天下者須是時中之聖人斟酌天理人情之至而爲之一以立極無一毫矯拂心無一毫懲創心無一毫一切心嚴也而於人情不苦寛也而於天則不亂俾天下肯從而萬世相安故曰禮之用和爲貴和之一字制禮法時合下便有豈不爲美儀禮不知是何人制作有近於迂闊者有近於迫隘者有近於矯拂者大率是個嚴苛繁細之聖人所爲胷中又蔕

箇懲創矯拂心而一切之後世以爲周公也遂相沿而守之畢竟不便於人情者成了箇萬世虛車是以繁縟者激人躁心而天下皆逃於闊大簡直之中嚴峻者激人畔心而天下皆逃於逍遥放恣之地甚之者乃所毆之也此不可一二指余讀禮蓋心不安而口不敢道者不啻百餘事也而宋儒不察禮之情又於節文上增一重鎻鑰予小子何敢言

禮無不報不必開多事之端怨無不酬不可種難

言之恨

呻吟語卷之三

寧陵呂坤叔簡父著

内篇

養生類

夫水遏之乃所以多之洩之乃所以竭之惟仁者能洩惟智者知洩

天地間之禍人者莫如多令人易多者莫如美美味令人多食美色令人多慾美聲令人多聽美物令人多貪美官令人多求美室令人多居美

田令人多置美寢令人多逸美言令人多入美事令人多戀美景令人多留美趣令人多思皆禍媒也不美則不令人多不多則不令人敗乎有一室題之曰遠美軒而扁其中曰冷淡非不愛美懼禍之及也夫魚見餌不見鉤虎見羊不見阱猩猩見酒不見人非不見也迷於所美而不暇顧也此心一冷則熱鬧之景不能入一淡則艷冶之物不能動夫能知困窮抑鬱貧賤轗軻之爲祥則可與言道矣

以肥甘愛兒女而不思其傷身以姑息愛兒女而
不恤其敗德甚至病以死犯大辟而不知悔者
皆婦人之仁也噫舉世之自愛而陷于自殺者
又十人而九矣

五閑養德養生之道也或問之曰視聽言動思將
不啓與曰常閑而時啓之不弛於事可矣此之
謂夷夏關

今之養生者餌藥服氣避險辭難愼時寡慾誠要
法也嵇康善養生而其死也却在所慮之外乃

知養德尤養生之第一要也德在我而蹈白刃以死何害其爲養生哉

愚愛談醫久則厭之客言及者告之曰以寡慾爲四物以食淡爲二陳以淸心省事爲四君子無價之藥不名之醫取諸身而已

仁者壽生理完也默者壽元氣定也拙者壽元神固也反此皆殀道也其不然非常理耳

盜爲男戎色爲女戎人皆知盜之刼殺爲可畏而忘女戎之刼殺悲夫

太朴天地之命脉也太朴散而天地之壽殀可卜矣故萬物蓄畜則造化之元精耗散木多實者根傷草出莖者根虛費用廣者家貧言行多者神竭皆殀道也老子受用處盡在此中看破

饑寒痛癢此我獨覺雖父母不之覺也衰老病死此我獨當雖妻子不能代也自愛自全之道不自留心將誰賴哉

氣有爲而無知神有知而無爲精者無知無爲而有知有爲之母也精天一也屬水水生氣氣純

陽也屬火火生神神太虛也屬無而麗於有精盛則氣氣盛精衰則氣衰故甑涸而不蒸氣存則神存氣亡則神亡故燭盡而火滅

氣只夠喘息底聲只夠聽聞底切莫長餘分毫以耗無聲無臭之真體

陽也屬火火生神神者太虛也屬無而離於有
盛則氣盛精衰則氣衰故能牖而不來有神
神存氣亡則神亡故燭盡而火滅
氣只夠喘息應聲只夠聽聞應切莫長貪分外
耗無聲無臭之真體